

Usted puede haber estado expuesto a la INFLUENZA PORCINA (gripe porcina) durante su viaje

IMPORTANTE

¿Se siente afiebrado ahora Y tiene tos o dolor de garganta?

Si su respuesta es SÍ, dígame al funcionario de inmigración, aduanas o de salud pública o busque inmediatamente atención médica y muestre esta tarjeta.

**¡GUARDE ESTA TARJETA POR 7 DÍAS Y ESTÉ
PENDIENTE POR SI TIENE LOS SÍNTOMAS
DESCRITOS EN LA SIGUIENTE PÁGINA!**

Fecha de hoy: _____

Guarde esta tarjeta hasta: _____



Alerta de salud para el viajero sobre la influenza porcina

04-09

GENTE • SEGURA • SALUDABLE™



Si usted tiene la influenza porcina, puede tener uno o más de los siguientes síntomas

- Fiebre (mayor que 100 °F o 37.8 °C)
- Dolor de garganta
- Tos
- Congestión nasal
- Escalofríos
- Dolor de cabeza y dolores musculares
- Fatiga
- Vómito y diarrea

Guarde esta tarjeta y siga los siguientes pasos durante los próximos 7 días:

1. Vigile su salud.
2. Tómese la temperatura en la mañana y en la noche.
3. Anote su temperatura en esta tarjeta.

Verificación de la temperatura corporal durante 7 días

Día	Fecha	Mañana	Noche ° F
1		° F	° F
2		° F	° F
3		° F	° F
4		° F	° F
5		° F	° F
6		° F	° F
7		° F	° F

Si cree que podría tener influenza porcina, busque atención médica inmediatamente y haga lo siguiente:

Entregue esta tarjeta a su proveedor de atención médica. Informe sobre su reciente viaje y describa los síntomas descritos en este documento que usted tenga en este momento. Si no tiene un proveedor de atención médica que visita con regularidad, llame al departamento de salud local y estatal (busque el número en el directorio telefónico o en Internet).

Prevenga la propagación de la influenza porcina:

- ✓ Póngase una mascarilla cuando esté en contacto con otras personas. Se pueden conseguir en las farmacias y tiendas de construcción.
- ✓ Cuando tosa o estornude, cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable o con la manga de su camisa (si no tiene un pañuelo desechable).
- ✓ Bote a la basura los pañuelos desechables usados.
- ✓ Después de toser o estornudar, **lávese las manos con agua y jabón**, o use un desinfectante para manos a **base de alcohol**.
- ✓ **Quédese en casa.** Quédese en una habitación y evite el contacto cercano con otras personas, tanto como sea posible.

Si **no está enfermo**, o si no se enferma después de 7 días, puede regresar al trabajo o la escuela y seguir con sus actividades cotidianas.

Si está viajando con alguien que está enfermo o está a cargo del cuidado de una persona que tiene un presunto caso de influenza porcina:

- Siga las recomendaciones indicadas anteriormente para prevenir la propagación de la influenza porcina.
- Recuerde que esta persona puede ser contagiosa hasta 7 días después de la aparición de la enfermedad.

Aviso para el médico

El paciente que está mostrando esta tarjeta PODRÍA haber estado expuesto a la influenza (gripe) porcina durante un viaje reciente.

A su paciente le dieron esta tarjeta a su llegada a los Estados Unidos. Se han identificado infecciones en seres humanos por el virus de la influenza porcina tipo A (H1N1) en el extranjero y este viajero podría haber estado expuesto al virus mientras estuvo fuera de los Estados Unidos.

- Obtenga una muestra de secreciones del aparato respiratorio para que su análisis y colóquela en el refrigerador (no en el congelador).
- Comuníquese con su departamento de salud estatal y local (Vea la página en inglés www.astho.org, en la sección enlaces a los estados "State Links") sobre cómo facilitar el transporte de la muestra y realizar un diagnóstico oportuno.
- Se podría recomendar la realización de un tratamiento profiláctico.
- Los CDC recomiendan los siguientes medicamentos antivirales: Oseltamivir (nombre comercial Tamiflu®) o zanamivir (nombre comercial Relenza®).

Para más información:

- Contacte a su departamento de salud local o estatal.
- Visite <http://www.cdc.gov/swineflu/espanol/>
- Comuníquese con los CDC 24 horas al día, 7 días a la semana
 - 1-800-CDC-INFO (232-4636)
 - Línea TTY: (888) 232-6348
 - cdcinfo@cdc.gov